Steve Bavister Amanda Vickers

La PNL mode d'emploi



Pour mieux communiquer avec les autres et mieux vivre

POCHE
LEDUC.S

La PNL
mode d'emploi

La PNL (programmation neuro-linguistique) est devenue en quelques années LA technique de psychologie appliquée la plus utilisée et la plus efficace. Son but ? Vous aider à modifier vos propres schémas de pensée pour mieux vivre avec les autres et bien communiquer.

Ce livre vous propose ainsi une méthode pour :

- **Construire des relations solides et profondes avec les autres**
- **Devenir plus ouvert et plus créatif**
- **Vous débarrasser de l'anxiété et de vos émotions négatives**
- **Aborder l'avenir avec confiance**

Par de nombreux exercices pratiques à faire chaque jour, vous pourrez améliorer tous les aspects de votre vie : qualité relationnelle, excellence dans votre travail, bonne direction de vie, épanouissement familial !

« Un ouvrage pratique, truffé d'exercices, destiné à tous ceux qui se demandent encore à quoi peut bien servir la programmation neuro-linguistique (PNL). » Management

Steve Bavister et **Amanda Vickers** sont psychologues spécialisés dans la PNL.

illustration : © baillou - fotolia

ISBN 979-10-285-0084-9



9,90 euros
Prix TTC France

design : bernard amiard

RAYON : DÉVELOPPEMENT PERSONNEL



Nous espérons que cet extrait vous a plu !



La PNL mode d'emploi
Amanda Vickers et Steve Bavister



Pour être tenu au courant de nos parutions, inscrivez-vous à la lettre des éditions Leduc.s et recevez des **bonus**, **invitations** et autres **surprises** !

Je m'inscris

Merci de votre confiance, à bientôt !

